

Idræt i dagtimerne

NYHEDSBREV

Januar – Marts 2018

IFA og Senior idræt

Aflysninger:		
Babysvøm.	Tors	15/2
Badminton	Uge	7•
	Man	12/3..
Erstatningslokaler: hal 4A•, hal 1••		
Billard	Man	12/2
	Man	26/3
Folkedans	Tirs	13/2
	Tirs	27/3
Gymbold	Man	12/2
Erstatningslokale: hal 3		
Hensyntag. vandgym.	Uge	7
	Tirs	27/3
Petersminde	Man	5/2•
	Man	12/2
	Man	26/3
• Dog er svømmehallen åben		
Pilates/mænd	Tors	15/2
Svømning i DGI-Huset	Uge	7
	Tirs	27/3
Svømning for begyndere	Tirs	13/2
	Tirs	27/3
Træningscen.	Tirs	16/1
	Tirs	13/2
Zumba	Ons	14/2
Erstatningslokale: hal 3		
Yoga (hold 2)	Ons	28/3
Eventuelle akutte aflysninger vil fremgå af hjemmesiden.		



På www.iidvejle.dk finder du altid de nyeste opdateringer på arrangementer, eventuelle aflysninger mm.

Mød os også på facebook – Idræt i dagtimerne ☺



Hal 2 bliver til Judo- og bordtennislokale

Judolokalet og bordtennis er rykket op i den gamle hal 2. Hvordan og hvorledes mht. opbevaring af rekvisitter er endnu uvist, men som billederne viser, bliver der helt sikkert mere plads at udfolde sig på :)



SMART-training (hjernegymnastik)

Den første instruktør hos IID er nu uddannet indenfor SMART training og klar til at træne med jer. Konceptet bliver formentlig et 12 ugers forløb til kr. 500, som man kan tilmelde sig, hvis man er medlem af IID. Der kan max være 20 personer på et hold.

Vi arbejder derfor hårdt på at finde et lokale og få de sidste brikker på plads.

Så hold øje med hjemmesiden for yderligere info.



SMART-training er et nyt koncept, hvor man dyrker hjernegymnastik gennem fysiske øvelser. Dette gøres ved at stimulere dens motoriske, sensoriske og logiske formåen. Det skal være med til at udvide hjernens kapacitet, gøre den hurtigere og mere fleksibel. Det skaber grund for bedre præstationer, øget overblik og bedre trivsel i hverdagen – samt nedbringe stress.

T-shirt udsalg

Nu kan du købe sorte unisex t-shirts i str. 12/14 år + str. S til 25 kr. Bemærk de er store i størrelserne. Sælges så længe lager haves.



Sundhedshus Vejle – Vestre Engvej 51F – 7100 Vejle – Tlf. 75 72 05 11
Kontortid: kl. 10-12 – Torsdag kl. 9-13 – E-mail: info@iidvejle.dk – www.iidvejle.dk



Idræt i dagtimerne

Arrangementer for IFA Januar - Marts 2018 IFA og Senior idræt

Onsdag d. 31. januar

Fællessang med Michael Møller Andersen

Kom med til en hyggelig stund, hvor vi skal synge et bredt udvalg af sange fra den danske sangskat. Dette foregår under kyndig vejledning af pianist og højskolelærer Michael Møller Andersen.

Sted: Vejle Bibliotek, 1. sal

Tid: kl. 12.30- ca. 14.00

Pris: 50 kr. (gæster 75 kr.) inkl. en kop kaffe og en småkage

Tilmelding og betaling: På kontoret seneste fredag d. 26. januar kl. 12. Billet kan også købes på vores hjemmeside.



Torsdag d. 15. februar

Familiedag i vinterferien

Kom med til en hyggelig familiedag, hvor der er fokus på leg, aktivitet og socialt samvær. Vi starter med opvarmning i hal 1 i DGI-huset. Alle kan være med, så tag børn og børnebørn med til en sjov og hyggelig dag på tværs af generationerne.

Sted: DGI-huset, hal 1

Tid: Kl. 8.30-11.00. Arrangementet er gratis, og man møder bare op.



Tirsdag d. 6. marts

Rundvisning på TV SYD

Oplev TV SYD bag kulissen og få et indtryk af, hvordan regionale nyheder og tv-udsendelser bliver til.

Vi mødes hos TV SYD på nedennævnte adresse.

Sted: Media Park 1, 6000 Kolding

Tid: 18.30-21.15

Pris: 75 kr. (gæster 100kr.) inkl. kaffe og kage

Tilmelding: På kontoret senest d. 5. februar. Max 50 deltagere.

Billet kan også købes på vores hjemmeside.



Torsdag d. 8. marts

Temaeftermiddag om kvinders bækkensbund

Sted: DGI-huset, judolokalet (hal 2).

Tid: Kl. 13.30-15.30.

Pris: Gratis (gæster 50 kr.)

Tilmelding: På kontoret senest 2 dage før. Max 40 personer



Torsdag d. 22. marts

Træt af sjat- og nat'tisseri?

Temaeftermiddag om bækkensbunden – *kun for mænd*.

Sted: DGI-huset, judolokalet (hal 2).

Tid: kl. 13.30 – 15.30.

Pris: Gratis (gæster 50 kr.)

Tilmelding: På kontoret senest to dage før. Max 40 personer

